

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΑΔΙΟ ΓΙΑ ΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΒΙΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟ

Η όλο και πιο συχνή χρήση βίας ανάμεσα σε μαθητές ή νεαρά άτομα είναι ένα φαινόμενο που ανησυχεί ιδιαίτερα τους γονείς. Πολλές φορές μάλιστα τα παιδιά που δέχονται βία φοβούνται να το αναφέρουν στην οικογένειά τους ή στους καθηγητές τους. Έτσι, συχνά δεν «ανιχνεύεται» έγκαιρα ο εκφοβισμός, προκειμένου να αποφευχθούν οι αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών.

Στο φυλλάδιο αυτό παρουσιάζονται κάποιες συνοπτικές οδηγίες για τους γονείς σχετικά με την αναγνώριση των «θύμάτων» καθώς και τα βασικά βήματα αντιμετώπισης περιστατικών εκφοβισμού.

Για αρχή:

Πώς καταλαβαίνουμε ότι μια πράξη ενός παιδιού προς ένα άλλο παιδί ή σε μια ομάδα παιδιών είναι εκφοβισμός;

- ✓ Ο εκφοβισμός είναι μια συμπεριφορά σκόπιμη. Τα παιδιά που εκφοβίζουν («θύτες») έχουν πρόθεση να στενοχωρήσουν ή να πληγώσουν με κάποιο τρόπο άλλα παιδιά («θύματα») και αυτό, τις περισσότερες φορές, το κάνουν επίτηδες.
- ✓ Ο εκφοβισμός επαναλαμβάνεται. Τα παιδιά-«θύματα» γίνονται, συνήθως, στόχος ξανά και ξανά και για μεγάλο χρονικό διάστημα.
- ✓ Τα παιδιά-«θύματα» δεν μπορούν να υπερασπίσουν τον εαυτό τους, γιατί είναι λιγότερο δυνατά από τα παιδιά-«θύτες».

Έτσι, πρέπει να καταλάβουμε ότι κάθε φορά που μαλώνουν τα παιδιά με τους φίλους τους ή που βλέπουν άλλα παιδιά να καβγαδίζουν δεν σημαίνει πως έχουμε εκφοβισμό, αν δεν συμβαίνουν τα τρία παραπάνω πράγματα.

Άρα, **εκφοβισμός δεν είναι:** οι περιστασιακοί καβγάδες και οι τσακωμοί ανάμεσα σε παιδιά που έχουν την ίδια πάνω-κάτω ηλικία ή την ίδια ψυχική και σωματική δύναμη.

Σημάδια αναγνώρισης «θύμάτων» εκφοβισμού

- ✚ Ανεξήγητες μελανιές και σημάδια από χτυπήματα
- ✚ Δεν έχει στενούς φίλους από το σχολείο
- ✚ Δε θέλει να πάει στο σχολείο
- ✚ Αλλαγή (πτώση) της σχολικής επίδοσης
- ✚ Είναι αγχωμένο
- ✚ Παρουσιάζει ανεξήγητη επιθετική συμπεριφορά στο σπίτι
- ✚ Απομονώνεται, κλείνεται στον εαυτό του
- ✚ Έχει εφιάλτες ή αϋπνίες ή αλλαγές στην όρεξη
- ✚ Νιώθει άρρωστο όταν ξυπνάει το πρωί, παραπονιέται για σωματικά συμπτώματα (π.χ. πονοκέφαλοι, στομαχόπονοι κλπ)

- ✚ Επιστρέφει σπίτι από το σχολείο με ρούχα σκισμένα ή αντικείμενα να λείπουν ή να έχουν καταστραφεί
- ✚ "Χάνει" τα χρήματά του ή άλλα αντικείμενα στο σχολείο
- ✚ Φοβάται να πει τι έγινε στο σχολείο

Επισημαίνεται ότι αυτές οι εξωτερικές ενδείξεις μόνο υποδηλώνουν - χωρίς να αποδεικνύουν με βεβαιότητα - ότι ένα παιδί έχει πέσει θύμα σχολικού εκφοβισμού. Χρειάζεται προσοχή, γιατί αυτές οι ενδείξεις μπορεί να οφείλονται σε άλλα προβλήματα (π.χ. κάποιες άλλες σημαντικές αλλαγές στη ζωή του παιδιού).

Στους γονείς, «θυτών» ή «θυμάτων», προτείνεται να:

- ✚ Παίρνουν στα σοβαρά αναφορές του παιδιού τους ή/και του σχολείου για θέματα βίας
- ✚ Αποφεύγουν να ρίξουν την ευθύνη για τον εκφοβισμό στα «θύματα»
- ✚ Αποφεύγουν να ενθαρρύνουν την αντίδραση στη βία με βία («χτύπα αν σε χτυπήσουν» ή «κοροϊδέψε αν σε κοροϊδέψουν»)
- ✚ Ενημερώνουν άμεσα το σχολείο και να ζητούν να εφαρμοστεί η πολιτική του σχολείου στο θέμα
- ✚ Αποφεύγουν να έρθουν σε επαφή με τους γονείς των «θυτών» ή/και τους ίδιους τους «θύτες»
- ✚ Δείχνουν υπομονή, καθώς ούτε η επιθετική συμπεριφορά των «θυτών», ούτε η παθητική συμπεριφορά των «θυμάτων» αλλάζουν εύκολα
- ✚ Ενθαρρύνουν το παιδί τους να ανακαλύψει τα ιδιαίτερα ταλέντα και ικανότητές του, ενισχύοντας έτσι την αυτοεκτίμησή του
- ✚ Προσπαθούν να δίνουν πρωτοβουλίες και ευθύνες στο παιδί και να το εντάξουν σε δημιουργικές δραστηριότητες
- ✚ Συμβουλεύουν το παιδί να προσέχει με ποιον επικοινωνεί στο διαδίκτυο και σε ποιον δίνει τον αριθμό του κινητού τηλεφώνου του
- ✚ Ενθαρρύνουν το παιδί - «θύμα» να δημιουργήσει νέες φιλίες
- ✚ Διδάσκουν το παιδί - «θύτη» με το παράδειγμά τους, αποθαρρύνοντας τη χρήση βίας για την επίλυση συγκρούσεων
- ✚ Ελέγχουν το θυμό τους, να μην επιβάλλουν σωματικές τιμωρίες, γιατί έτσι διδάσκουν στα παιδιά τους αυτό που θέλουν να σταματήσουν: τη βία
- ✚ Επαινούν το παιδί κάθε φορά που επιδεικνύει συνεργατικές και φιλικές συμπεριφορές προς άλλα παιδιά
- ✚ Δείχνουν ότι νοιάζονται για τα προβλήματά των παιδιών τους και να προσπαθούν να βρουν λύσεις μαζί
- ✚ Αναζητούν τη βοήθεια ειδικών, αν το πρόβλημα επιμένει ή χειροτερεύει.

